



「おとこの台所・きたざわ」だより

7月の料理



- ① 冬瓜と鴨団子の吉野葛寄せ
- ② キャベツとベーコンの蒸煮
- ③ そら豆とアサリの炊き込みご飯
- ④ ナスの味噌汁 (第1火曜日)
- ⑤ トマトとふわふわ卵の中華スープ (第3火曜日)



冬瓜は大きくて切るのが大変だね。



こんなに山盛り？でも蒸せば大丈夫。



鴨を鶏に変更。粘りが必要だからよくよく練って。



団子にするのは手にくっついて大変だね。



うまくできたかな？



そら豆がなくて枝豆にしたよ。数が多いので、総動員で作業。



豪華だね。デザートにみかん付き。



いただきます～す。



<今月の予定>

8月のきたざわ教室はお休みです。

発行担当 (きたざわ) 石田健蔵 薬師寺清幸

| 教室参加者 | 会員 | ゲスト | 合計 |
|-------|----|-----|----|
| 7月4日 | 8 | 0 | 8 |
| 7月18日 | 9 | 0 | 9 |